よりよい地域をめざして…地域情報紙 買い物や飲食は地元のお店を利用しましょう
シティライフ
2020.3.7 Vol.1127
外房中央版
配布地域／東金市・大網白里市・九十九里町・山武市（一部）茂原市・長生郡・緑区（一部）・いすみ市（一部）【70,000部】
https://www.cl-shop.com
企画・制作／シティライフ編集室 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436 (21) 9311 FAX.0436 (21) 9142
地域で守ろう子どもの安全
次回発行日▶3月21日(土) 中央③
シティライフが提供する動画をWEBで見れます！
左記のアイコンがある記事はシティライフWEBより関連動画がご覧頂けます！

認知症について、私たちは何を知っておくべきなのだろうか

2月9日㈰、市原市勤労会館（youホール）で開催された講演会『認知症になってもこわくない』。いちはら市民ネットワーク主催で行われた同講座の講師は安田清さん。言語聴覚士、学術博士で工業大学や医科大学にも籍があるなど現在様々な顔を持つ安田さんは、千葉労災病院で長く認知症のリハビリテーションに取り組んでいた。「夫婦二人いれば、今の時代はどちらかが認知症、どちらかが癌になることは珍しくありません。認知症にならない！ではなく、そうなってしまっても大丈夫なように備えることが大切です」と、講演会の冒頭で語った。

認知症の現状

認知症と呼ばれるものには、症状は大きく4つの型で分類されている。その中には脳血管疾患や甲状腺機能低下が原因とされる認知症もあり、それらは成人病予防や手術をすることによってある程度の罹患減少が可能とされる。「一番厄介なのがアルツハイマー型などの変性型です。変性型認知症の進行を遅くする薬は4種類ありますが、効果は人によって異なりますし、まだ治癒薬はありません。魚や酒、サプリで認知症予防をうたう情報も多いですが、こちらの効果も確立していません」と説明する。厚生労働省は、高齢者の増加傾向が著しい今後の社会を懸念して、認知症本人と支える側のケアに焦点を当てた地域づくりを目指す『新オレンジプラン』を取りまとめ、公表している。だが、安田さんは「核家族化が進んでいることもあり、本人や介護する側の孤立を防止することが大切。そのための、記憶支援具の貸し出し制度や、周囲と簡単に繋がるための通信費の助成など、まだ取り組みとしてまったく行われていない施策があると思っています」と、訴える。

それでは、認知症であるかはどう判断されるのだろうか。普段の生活の中でよく起こりうるのは物忘れだが、認知症かと不安になるかもしれない。認知症の症状は、約束や昨日食べた物を忘れてしまうなどのエピソード記憶が鈍くなることを指す。病院のMRI検査では初期の異常の発見が遅れることも多く、詳細な記憶の検査が必要だとか。「思い出せない、覚えられない、活用できない。つまり認知症は情報障害ともいえるのです。それなら、外部メモリとしての情報技術を活用すれば、薬の開発を待つより早いのではないでしょうか。足が悪い人は車椅子、耳が悪ければ補聴器、目が悪ければ眼鏡を使いますよね」と、思わず頷いてしまう考え方だ。

どんな備えがあるの？

では、認知症になってしまった場合に活用できる道具をご紹介。まずはメモリーベスト。ベストの裏に6個のポケットがあり、忘れてしまった時のためにメモを入れられるようになっている。背中上部には住所を書いた名札があり、道に迷った時に周囲の人間も助けやすく、肩のパッドにはGPSを入れることも可能。次は物忘れセンサー。家の中の日用品も置いた場所が分からないと大変だ。主要な物にセンサーを付けておくと、見つけられない時に専用のボタンを押すと音が鳴って場所を教えてくれる。そして、薬ケースグッズは朝、昼、晩の3回、時間になると音で薬を飲むことをお知らせするのだ。患者や介護者と身近な視点から関わり続け、あらゆる道具を開発してきた安田さんが他に提唱するのは、コミュニケーションの大切さだ。スマートフォンやネットの普及により、『LINE』や『スカイプ』など無料通信ソフトも進化を続けている。10人同時にテレビ電話できる機能を利用すれば、介護者同士の情報や問題共有にも有効に活用できる。また、ボランティアとのテレビ電話会話網も作ったので、パソコン画面での写真をお互いに見ながら会話をすることもできるとか。さらに人間だけでなく、バーチャルエージェントと呼ばれる機械上での人物との会話も有効だと安田さんは説く。「身近な人間だと、どうしても何度も同じことを言われると疲れてしまう。ほぼ完成しているのは、会話ができる子どものエージェント。患者さんの話が終わって数秒経つと自動的に質問を投げてくれるんです。40分会話を続けた方は、最後に楽しかったと泣いておられました」と、安田さん。

認知症患者だけでなく、介護する側の気持ちも忘れてはならない。安田さんは、「特に男性の方は一人で解決しようとしがち。毎月第2土曜日には市原市若宮で『もの忘れ・認知症　寄りあいサロン』を、奇数月の第4土曜日には市原市辰巳台で『介護者居酒屋』を開催しています。お互い気軽に話してみませんか」と、呼びかけた。会場からは、「85歳の母と最近喧嘩が増えました。気性の変化も認知症なのでしょうか」、「軽度認知症の姉が重要な書類にサインしてしまいました。取り消せますか」など、多くの質問が飛んでいた。（松丸）

問いちはら市民ネットワーク
☎0436・21・1907
安田さん
☎0436・74・3384
✉yasukiyo.12@outlook.jp
https://gensoshi.jimdofree.com/
著書「MCI・認知症のリハビリテーション（エスコアール社）」

更蝸（こうか）つれづれ

相川 浩

…朝凪の贈りもの…

ある年の3月の朝、いつもの様に雨戸を開けると昨夜来の雨も止み、庭木の隙間からキラキラ光る水溜まりが見えていた。冷んやりとした空気に首をすくめ、「だいぶ雨も降ったんだな!」と思いながら手を止めてよく外を見渡すと、広い空き地が鏡の様な水面になっている。しかも、空き地の向かいの神社と大木が水面に映り、大きな水墨画でも見ているかのようであった。

これは!と思い雨戸はそのままに、急いでカメラを片手に写真の撮れそうな場所に直行した。まずシャッターを1回押し、2回目を押し終わると同時にさざなみが立ち、水面の絵も動き出した。しばらく待っても写真の撮れる静かな状況にはならず、家に戻って残った雨戸を開けた。

家内にこのことを話すと「雨戸開けっ放しでどこへ行ったのか心配していたよ」と言う。カメラの画像を見せると「私にも見せてくれたら良かったのに!」と言われたが、話をしてから二人で一緒に行っていたら、さざなみの立つ唯（ただ）の水溜まりで終わっていただろう。朝ご飯を終えて再び空き地をのぞくと、さざなみは止むことを知らず、水溜まりは小さな姿となっていた。

偶然にもここに住み、家の周りの造成が進んで、整地して間もない空き地ができた。春先で草もなく、菜種梅雨の雨と朝凪とすべての条件が重なり、二度と体験できない素敵な光景に出合えたのだ。その後、雨が降るとよく観察していたが、二度とこうした状況は現れず、草もたくさん生え、姿はドンドン変わっていった。

現在、神社の映ったこの場所は駐車場となり、左側にアパートも建っている。以前は一面の水田だった周囲の景観も大きく変化し、人々の行き交う賑やかな街並みとなった。まさにあのとき、絶妙な一瞬に遭遇できたという感動は、今も忘れることはない。

・相川浩：市原市出身。三井造船で定年まで勤め、退職直後の平成20年、自宅敷地にギャラリー・和更堂を設立。多くの郷土の芸術家と交流する。「更級日記千年紀の会」事務局担当。☎0436・98・5251

行広告

有料 1行2,400円（税別）お申込はお早めに
☎0436-21-9311 FAX0436-21-9142

※掲載情報をご利用の際は、売買契約等、当事者間でよくお話し合いの上ご契約ください。取引について当社は一切責任を負えません

申し込み方法

◆専用申込書をＦＡＸまたは郵送でお送りします。
◆申込書に所定の内容を記入後、ご返送ください。
追って掲載料金等を記載した受注書を発行します。
◆掲載料は前払いなので、受注書を確認されたらお振込ください。掲載紙面は１部ご郵送します。

買います

●和装品・盆栽鉢・骨董全般 富楽 ☎0475-55-3331
●ピアノ 漆田 フリーダイヤル0120-00-4210
●金プラチナ商品券 相場・額面の90～98％で てんとう虫 ☎0475-72-9400 大網店 水曜定休 0476-36-4388 富里店 043-310-5825 都賀店

生徒募集

●着付教室 毎(日)10時～11時・13時～14時 1回500円 浴衣から二重太鼓まで 詳しくはお問合せ下さい きもの館まるへい 茂原店 ☎0475-25-2617 担当：小谷部 岬本店 ☎0470-87-2707担当：飯野
●全日制フリースクール 中学不登校生のための学びの場です 成美学園中等部 ☎0475-44-5777

求人

●正社員・パート・アルバイト募集 新店舗開設及び業務拡張につきスタッフ募集中 各種保険完備 随時面接致します 委細面談 まずはお電話ください ☎0470-87-2707 まるへい岬本店 担当／高地

営業案内

●結婚相談 年齢・婚歴不問 相談無料 全国仲人連合会 茂原・斉藤 ☎0475-34-9512

お知らせ

●教育相談 ニート・不登校・学力不足・ひきこもり 初回無料 要予約 成美学園 ☎0475-44-5777

らいふ通信

掲載無料 詳しくはお問い合わせ下さい
☎0436-21-9311 FAX0436-21-9142

※掲載情報をご利用の際は、内容を当事者間でよくお話し合いの上ご利用ください。当社は一切責任を負えません

申し込み方法

※個人情報や呼びかけなどにご利用ください。
※お申込み 内容を箇条書きにして、住所、氏名、電話番号を明記し、ＦＡＸか郵送、メールで
FAX0436-21-9142 メールkiji@cl-shop.com

サークル

●東金ＩＶＣ日本語教室 (木)(土)各クラス10～12時 (金)クラス19～21時 東金中央公民館 1学期:1,500円（3学期制） 日常会話、能力検定対策、漢字 児童・生徒ほか 中山 ☎0475-52-1442
●脳トレ筋トレ健やかサークル・8up大網 スペースみつみ 脳トレ：とにかく楽しく・1回200円 筋トレ：6種サーキット式・週２回・月1,600円 日時は応相談 見学・無料体験あり ☎080-5022-9122

イベント

＊掲載お申込み後に中止となる場合があります。お出かけの際はご確認ください。
●白里文化祭 スマイルスマイルin白里 中止のお知らせ 3／7(土)8(日)・大網白里市白里公民館にて開催予定のイベントは中止となりました ☎0475-77-2172
●暮らしと工藝展 3／7(土)～15(日) 10～18時、最終日15時まで 家具＋ギャラリー大谷家具製作所 ガラス工芸・中津箒・イ草和雑貨・蒔絵アクセサリー 14(土)ミニほうき作り体験・2,500円・先着順 電話で要予約 大谷 ☎0475-47-3530
●加納由貴子・手描き染色展 3／8(日)～22(日) 10～17時、最終日15時 ギャラリー801(睦沢町) (火)(水)定休 入場無料 ブラウス・バッグなどを手描きやステンシルで染めて多数展示 ☎0475-40-3035
●写真展 3／10(火)～15(日) 10～16時 入場無料 アートギャラリー古屋敷（大網白里） 手づくり品等の販売もあり 主催：ピアサポートセンターげんきいちのみや ☎080-3010-0357
●シニア劇団PPK48公演 中止のお知らせ 3／13(金)・千葉市文化センターでの公演は中止となりました ☎070-3839-8893
●藻原寺フリーマーケット 3／14・28(土) 9～13時 雨天中止 茂原市役所近く 車ごと出店：1,800円 初めて出店の方は開催日に下見の上、本部受付まで ☎090-4950-6193
●女声コーラス花音コンサート 中止のお知らせ 3／15(日)茂原市東部台文化会館でのコンサートは中止となりました わたなべ ☎090-5821-8964
●日本ミツバチ趣味の養蜂講習会 3／15(日) 9～11時：昨年参加の方対象、問題点や今春捕獲のための仕掛け準備、情報交換等・参加費1,000円 13～16時：初回の方対象、養蜂一般の要素技術を動画とオリジナルテキスト（永久保存版進呈）で分かりやすく説明・参加費2,000円（蜂蜜土産付き） ともにかなり宅（大網白里市） 問合せはかなり ☎090-4918-2388
●三浦綾子読書会 3／21(土)14時～ 茂原バプテスト教会 「氷点」「塩狩峠」などで知られる作家・三浦綾子の人生とその生き方を学ぶ読書会 課題図書「細川ガラシャ上下」 無料 ☎0475-22-8275
●フォトクラブ四季写真展「房総の風光」 3／21(土)～4／3(金) 9～17時、最終日16時まで 茂原市立美術館 会員13名の作品39点 中山 ☎0475-24-8267
●ボーイスカウト入団説明会 3／22(日)10時～ 大網白里中央公民館 対象：小中学生男女 自然の中へ飛びだそう！ ハイキング、ゲーム、キャンプ等、楽しい体験が君を待っているよ！ ボーイスカウト大網白里第1団 奥貫 ☎090-9345-0270
●うたごえのつどい 開催中止のお知らせ 3／22(日)茂原市総合市民センターでの「うたごえのつどい」は念のため中止します 次回開催予定：4／19・5／24(日) 鎌田 ☎0475-25-7377
●ワンコイン・ダンスパーティ 中止のお知らせ 3／24(火)茂原市総合市民センターでのダンスパーティーは諸般の事情により中止となりました シニアダンスサークル 萩尾 ☎080-5686-1601
●桜の山の春の市 3／28(土)29(日) 10～16時 茂原公園 雨天中止 飲食店、物産展、野外ステージでのライブ 茂原軽音楽協会 大柿 ☎080-4113-9494
●爽身クラブ・パワーヨガとスロトレ 3／28(土)～月１回第４(土) 全10回・8月は休み 15～16時半 参加無料 スポーツクラブＺＥＲＯ（ビックハウス茂原店近く） 外靴を入れるビニール袋・汗ふきタオル・飲物・あればマットを持参 悪天候の場合は中止 小川 ☎0475-32-3019
●月例ダンスパーティ 3／29(日) 13～15時半 リオベルデ(茂原市) 1,000円 ☎0475-26-6567
●「伊八会」による初代伊八彫刻写真展 4／12(日)まで 9～16時半 (月)休館、祝日の場合は翌日休館 田園の美術館（いすみ市郷土資料館） 無料 習志野市在住・當間隆代さん主宰の波の伊八ファンクラブ「伊八会」で写真集制作時に県内社寺で撮影された写真を展示 2015年発見の旧常住寺不動堂彫刻ほか、初代伊八の彫刻作品なども数点展示 同時開催「ささやかな江戸の日常」幕末絵日記展 ☎0470-86-3708

リサイクル

●差し上げます 大正琴・ケース入 無料 取りに来られる方 いすみ・樋口 ☎080-3549-0552

洗車スタッフ 営業スタッフ募集

給与	洗車スタッフ 時給923円～ 営業スタッフ 25万円～
時間	9時～17時 応相談
休日	火曜日、その他
待遇	社保完備、交通費支給
応募	まずはお気軽にお電話ください。

ダイワオート 市原インター店
市原市村上2313-3
☎0436-20-3900

お得な求人専用枠あります！ 8800円（税込 外房版）からご利用になれます。

どう片付けていいのかわからない…にお応えします!!
皆様に選ばれる「3つの理由」 1 トップクラスのサービス価格・買取査定 2 プロによる迅速・丁寧なサービス 3 会計後の請求は一切なしの明朗会計
一人で悩まないで! まずはご相談ください!!
圧倒的な安さのトラックパック
軽トラックパック 作業1人 18,000円～
2tトラックパック 作業2人 38,000円～
2tアルミトラックパック 作業2人 68,000円～
トラックパックに含まれるもの ●家電リサイクル代 ●出張車両代金 ●簡単な家具などの解体
※税別表示 ※積み込みはスタッフが行います ※箱詰めはお客様でお願いいたします
お客様のお手間は一切なし! 作業費のみで出張対応いたします!
こんな方は必見!!
✓不用品が大量にあり処分に困っている
✓人手不足で片付けるのが大変
✓自分たちで処分する時間がない
✓頼んだらすぐに回収に来てほしい
✓大掃除で出た大量のゴミをどうにかしたい
ゴミ屋敷の片付け 不用品回収 粗大ゴミ処分 引っ越しに伴う粗大ゴミ回収 遺品整理 解体工事
創業40年。累計3,000件以上の回収実績のクリーンレスキューグループです。
かたづけレスキュー千葉 九十九里営業所 横芝光町北清水5221 茂原営業所 茂原市小林1606-1 いすみ営業所 いすみ市日在410-5
フリーダイヤル0120-15-8919 http://rescue-chiba.com

スクールで基本を覚えて楽しいゴルフ!
初級者～上級者までレベルに合わせてレッスンします。
シーズン到来
月謝12,650円税込（毎週1回90分、月4回、振替受講可能）
※施設利用料込:スクールレッスン中のボール代等は月謝に含まれています。
入学金 2,200円税込 → 今なら入学金無料!
アプローチ場・ショートコースを使った実践的なレッスンでレベルアップ!
ジュニア・シニアコースもあります。
生徒募集中! ★いつからでも入れます ★クラブのない方には無料でお貸しします
無料体験 随時受付中!

DYNAMIC GolF 茂原
長生郡長生村岩沼2013（茂原駅車10分）
TEL.0475-32-0181

千葉県認定職業訓練校 令和2年度前期 **職業訓練生募集**

【訓練科目のご案内】

	訓練科目	募集人員	訓練期間	訓練日(変更有)	時間	訓練開始月	訓練費(月額)	内容
普通課程	木造建築科	10名	2年	水曜日 土曜日	午後6時～午後9時 午前9時～午後4時	4月	10,000円	木造建築における学科・実技の修得
普通課程	和裁科	10名	2年	月・金曜日	午前10時～午後3時半	4月	10,000円	和裁仕立における学科・実技の修得
普通課程	造園科	10名	1年	水・金曜日 日曜日	午後6時～午後9時 午前9時～午後4時	4月	10,000円	2級技能士資格取得の為の訓練
短期課程	電気工事科	13名	6ヶ月	水・一部金曜 土曜日	午後6時～午後9時 午前9時～午後4時	4・10月	13,000円	第2種電気工事士資格取得の為の訓練
短期課程	電気工事科上級技能コース	10名	3ヶ月	水・隔週金曜日	午後6時～午後9時	4・9月	13,000円	第2種電気工事士技能資格取得の為の訓練
短期課程	電気工事科（第1種電気工事士）	10名	6ヶ月	水曜日 土又は日曜日	午後6時～午後9時 午前9時～午後4時	4月	20,000円	第1種電気工事士資格取得の為の訓練
短期課程	造園施工管理科	10名	6ヶ月	月曜日	午後6時～午後9時	4月	10,000円	2級造園施工管理技能士の資格取得の為の訓練
短期課程	パソコンⅠ（ワード・エクセルコース）	10名	6ヶ月	月・金コース	午前10時～午後1時	4・10月	13,000円	基本操作（事務系） 日商PC検定3級コース（ワード・エクセル）
短期課程	パソコンⅡ（ワード・エクセルコース）	10名	6ヶ月	金曜日	午後6時～午後9時	4・10月	10,000円	基本操作（事務系）（ワード・エクセル）
短期課程	パソコンⅢ（ワード・エクセル入門コース）	10名	1ヶ月	水曜日	午前10時～午後1時	各月	12,000円	PCの基本操作、日常生活の中でPCを楽しみたい方（文書・カレンダー等の作成）
短期課程	建築リフォーム科 初級	10名	6ヶ月	土曜日	午前9時～午後4時	4月	10,000円	リフォームの基本
短期課程	2級建築士学科コース	10名	3ヶ月	月・水・金曜日	午後6時～午後9時	4月	(全)80,000円	2級建築士学科試験対策の為の訓練
短期課程	2級建築士製図コース	10名	6ヶ月	第1・第3日曜日	午前9時～午後4時	4月	(全)80,000円	2級建築士設計製図試験対策の為の訓練

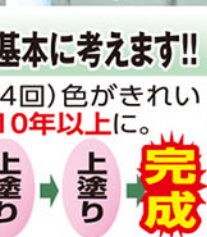
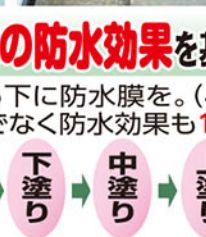
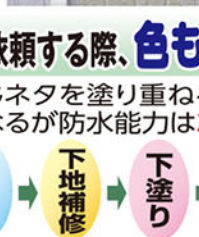
申込のご案内
受付日時／月・水・金・土・日曜日 受付時間／午前10時～午後5時まで
締切／定員になり次第、締め切ります 訓練開始／令和2年4月6日(月)入校式予定
問合せ先／市原共同高等職業訓練校 ☎0436-41-2789 HP http://kunrenkou.com

上記の訓練費のほかに入校金8,000円、教科書代、道具代がかかります。申込は印鑑持参。詳しくは当校までお問合せください。

市原共同高等職業訓練校 〒290-0067 千葉県市原市八幡1050-5

高品質の塗装で安心施工

作業したすべてが保証になります!!
★最大15年の完全保証 ★定期点検を実施
★保証期間内に1回洗浄サービス
★木・鉄部分も壁と同年数保証
★メジ・ヒビ割れも保証

昨年の猛烈な台風・大雨であなたの家も傷んでませんか?

外壁・屋根塗装を依頼する際、色もちの年数で判断していませんか? 当社は塗装の防水効果を基本に考えます!!

単層式(シリコン) 同じネタを塗り重ねる。(3回)色はきれいになるが防水能力は3～5年です。

足場 → 滅菌処理 → 高圧洗浄 → 下地補修 → 下塗り → 上塗り → 上塗り → 完成

復層式(シリコン) トップを塗る下に防水膜を。(4回)色がきれいになるだけでなく防水効果も10年以上に。

足場 → 滅菌処理 → 高圧洗浄 → 下地補修 → 下塗り → 中塗り → 上塗り → 上塗り → 完成

復層式(シリコン) 防水膜(エマルジョン、5回)優れた耐候性で建物の躯体まで保護。防水効果は15年以上。

足場 → 滅菌処理 → 高圧洗浄 → 下地補修 → 下塗り → 中塗り → 中塗り → 上塗り → 上塗り → 完成

協力会社様 塗装職人様 大募集!!

屋根・外壁塗装 各種工事
各種リフォーム 足場工事

おかげさまでたくさんお仕事をいただいております。

しかしながら、現在は施工作業が追いつかず、お客様をお待たせしている状態でご迷惑をおかけしております。そこで、安定した条件・高率歩合で仕事をしていただけるパートナー会社様を募集しております。「元請けから下請けへ」という丸投げではなく、お客様に満足していただける施工パートナーとしての関係を深めていきたいと考えています。

施工技術・実績により優遇させていただきます。まずは一度、お気軽にお電話ください。

営業スタッフ大募集!!

未経験者・中途入社の方活躍中!!

将来のため、家族のため、一生懸命になれる方の応募を歓迎しています!! 女性も大歓迎!!
あなたの「これから」を応援する会社です。

近隣のご挨拶回りからスタート。

正社員 月給 280,000円～ +やりがいある高率歩合

資格／要普免
勤務時間／9:00～18:00(パート・アルバイトは応相談)
休日／月曜・他、夏季・年末年始、長期休暇有
待遇／賞与年2回、交通費規定内支給、制服貸与、社会保険完備
応募／気軽にお問い合わせください。随時受付中!!

親切・丁寧に教えます

♥アットホームな会社です。お気軽にお問い合わせください♥